



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE002008 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 09 Apr 2018 alle ore 15:22

da ANTONIO PATERA

Livello di difficoltà: Medio

Piatto tipico della regione: Calabria

Piatto tipico della stagione: Primavera, Estate, Autunno, Inverno

Come ti senti gustando la tua ricetta? Felice

Parmigiana ai frutti di mare

Una versione della parmigiana di melanzane in cui si può ritrovare tutto il sapore del mare.

Tempo di preparazione: 20 minuti

Ingredienti per 4 persone

n. 2 melanzane
500 g di cozze
300 g di vongole
150 g di gamberetti
passata di pomodoro q.b.
200 g di provola
farina q.b.
olio per frittura q.b.
pepe nero q.b.
olio evo q.b.
aglio
prezzemolo q.b.
vino bianco q.b.

Prodotti utilizzati

Passata di pomodoro, vongole cozze e gamberetti, provola, melanzane, olio evo.

Strumenti di cottura

Forno 170°

Preparazione

Tagliare le melanzane a quadrati e poi metterli nella farina e friggerle, a questo punto prendere le cozze, le vongole e i gamberetti, metterli in padella a saltare con un po' di vino bianco, pepe nero, olio evo, aglio e prezzemolo, in fine sgusciare tutto, poi fare tre strati di melanzane ed ai primi due strati inserire i frutti di mare con un po' di provola affettata finemente, alla fine del terzo strato mettere la passata di pomodoro e la provola affettata. Far cuocere a 170° in forno per 10/ 12 minuti in base al forno che avete.

Vino consigliato

Bianco Madre Goccia Tenuta Iuzzolini